

Консультативная психология в Беларуси: проблемы и перспективы развития

Н.И. Олифирович, С.И. Коптева

Наш век характеризуется возрастанием нагрузок на психику человека. Информационный бум, уменьшение количества личных и увеличение количества формальных контактов, снижение уровня социальной поддержки и другие особенности современной жизни приводят к эмоциональному напряжению, которое становится одним из факторов развития различных заболеваний. По данным Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ), за XX в. средний показатель распространенности нервно-психических заболеваний в расчете на 1 000 человек населения вырос более чем в 4 раза.

Увеличивается не только число больных людей, но и темпы роста этих расстройств. Если раньше регистрировалось от 5 до 10 больных на 1 000 человек, то в последние десятилетия эти цифры в России, Беларуси и Украине достигли 29-33 [1]. Тесная связь нервно-психических нарушений с усложнившимися социальными условиями современной жизни приводит к значительному росту числа неврозов и расстройств личности (при относительной стабильности психозов). По данным мировой статистики, в настоящее время расстройства личности составляют 40%, неврозы — 47%, а эндогенные психозы — 13% от общего числа нервно-психических заболеваний.

Эксперты ВОЗ отмечают заметное распространение нервно-психических расстройств у детей и подростков. Невротические и неврозоподобные состояния составляют 63 случая на 1000 детей. В России стойкие психические расстройства регистрируются примерно у 15% детей. По данным Института социально-политических исследований РАН, число абсолютно здоровых в психическом отношении школьников снижается с 30% в 1-3-х классах до 16% в 9-11-х классах. За период обучения состояние здоровья учащихся, по свидетельству Минздрава РФ, ухудшается в 4-5 раз, а 85% неуспевающих — это больные дети [1].

Возрастающее значение психических факторов в возникновении и течении различных соматических болезней приводит к тому, что не менее 30% (а по некоторым данным — не менее 50%) обращающихся с соматическими жалобами в поликлиники и стационары, — по существу, практически здоровые люди, нуждающиеся лишь в определенной психологической помощи.

Статистика свидетельствует, что людей, не страдающих какими-либо психическими нарушениями, т. е. «абсолютно здоровых», в настоящее время насчитывается в среднем лишь 35%. По данным разных авторов, от 22 до 89% населения — люди с предболезненными состояниями (донозологические формы психической дезадаптации) [1]. Однако половина носителей психической симптоматики, согласно мнению экспертов, не нуждается в психиатрической помощи. Они самостоятельно адаптируются к среде и нуждаются только в психологическом консультировании.

Таким образом, возрастает роль психологов-консультантов в поддержке психологического здоровья населения. В связи с этим возникает потребность в развитии психологического консультирования как одного из основных направлений психологической помощи.

Психологическое консультирование – сравнительно молодая отрасль психологии. Отсчет официальной истории консультирования ведется от 1942 года, когда вышла книга К.Роджерса «Консультирование и психотерапия», положившая начало дифференциации консультирования от смежных отраслей, таких как психиатрия, психотерапия и др. Однако можно утверждать, что профессиональная ниша, которую сегодня занимают психологи-консультанты, никогда не пустовала.

В древние времена специалистами в области психического здоровья были шаманы, жрецы, колдуны. В древних Греции, Риме, Персии, Месопотамии первыми консультантами были врачи и философы. Среди тех, кто помогал современникам решать свои проблемы, находить ответы на непростые вопросы бытия, можно назвать Моисея, Лао-Цзы, Будду, Конфуция, Сократа, Платона, Аристотеля. Философы и пророки выступали как консультанты, стимулируя личностный, эмоциональный и интеллектуальный рост своих последователей и учеников, поддерживая их в сложных жизненных ситуациях. Именно от них унаследованы важные принципы, на которые и сегодня опирается консультативная психология: нет абсолютной истины при поиске ответа на жизненно важные вопросы; существует множество альтернатив, множество возможностей для решения одной и той же проблемы.

Одним из предшественников консультативной психологии можно считать Гиппократ (400 г. до н.э.), который говорил о необходимости построения доверительных отношений с пациентом, об анализе истории всей его жизни для понимания специфики болезни. Он же разработал первую классификацию психических расстройств, а его обозначения темперамента мы пользуемся по сегодняшний день. Вопросами заботы о психологическом здоровье человека занималась и занимается религия, и в любом ее ответвлении можно обнаружить достаточно проработанную систему психического и духовного роста.

Особым в развитии консультативной психологии стал XIX век. Именно 1879 год, когда В.Вундт основал первую лабораторию экспериментальной психологии, принято считать годом рождения психологии как науки. Великие философы – С.Кьеркегор, Гегель, Ф.Ницше – оказали влияние на эту зарождающуюся профессию.

Конец XIX века ознаменовался блестящими открытиями З.Фрейда и Й.Брейера в области лечения истерии. Были заложены основы медицинского (психиатрического) консультирования.

В XX веке с возрастанием темпа научно-технического прогресса возникла необходимость в подготовке и отборе высококвалифицированных рабочих и служащих. На службу была призвана консультативная психология. В это время происходило интенсивное развитие профконсультирования.

Специалисты в области профессионального консультирования работали в школах, в организациях, в студенческих городках. Около 80% программ подготовки психологов-консультантов ориентировались на школьное профконсультирование.

Одновременно развивалось медицинское консультирование, основанное на диагностике психопатологии. Люди, нуждающиеся в психологической помощи, в то время зачастую рассматривались как психически больные, и их лечили в основном медицинскими средствами. Таким образом, вплоть до середины 40-х годов психологи-консультанты в основном занимались диагностикой индивидуальных особенностей клиентов.

В появившейся в 1942 году книге «Консультирование и психотерапия» К. Роджерс впервые открыто заявил о том, что люди, испытывающие затруднения в общении, взаимодействии, эмоциональной сфере, не являются психически больными. Большинству из них необходима безопасная атмосфера принятия, поддержка, а не медикаментозное лечение. Он подчеркивал, что эта задача успешно решается в рамках психотерапевтических отношений между психологом и человеком, обратившимся за помощью.

К 50-60-м годам клиент-центрированная терапия Роджерса становится теоретической базой для основного количества программ подготовки психологов-консультантов. В то же время бурно развивались такие направления, как бихевиоральное консультирование, рационально-эмотивный подход, гештальт-терапия, транзактный анализ. Все эти направления конкурировали между собой и пытались доказать свое превосходство относительно остальных подходов.

Исследования сравнительной эффективности различных подходов показали приблизительно одинаковый уровень их эффективности. R.Carkhuff и его коллеги предложили использовать системный подход, описали навыки, которыми должен обладать психолог-консультант, разработали методы оценки эффективности его работы [2]. В своей модели они акцентировали внимание на развитии умений и навыков, позволяющих психологу выстраивать эффективные взаимоотношения с клиентом.

В Беларуси практическая консультативная психология развивалась гораздо быстрее теоретической. Основоположником консультативной психологии в нашей стране по праву можно назвать Л.С. Выготского. Он во многом опередил время, создав в период работы в Гомеле психологический кабинет. Его идеи стали фундаментальной основой развития системы психологической помощи на постсоветском пространстве.

С 1974 года при 7-й клинической больнице г. Минска появилась городская консультация, в которой обратившиеся семьи могли получить психологическую помощь. В 1980 году был открыт Республиканский Центр консультаций «Брак и семья», в котором вместе работали медики и психологи.

Большой вклад в развитие консультативной психологии в Беларуси внесла Г.С.Абрамова. Она была автором первого в нашей республике

«Практикума по психологическому консультированию» и учебного пособия «Введение в практическую психологию».

Запросы психологической практики вызвали интерес к таким темам, кризисная психология (Л.А. Пергаменщик, И.А. Погодин); семейная психология и психотерапия (А.А. Аладьин, Т.Ф. Велента, Т.А. Зинкевич-Куземкина, Н.И. Олифиревич, В.И. Слепкова); проблемы психологического здоровья (Г.И. Малейчук, А.Н. Сизанов, Ю.Г. Фролова); консультативная психология (Г.С. Абрамова, Л.Г. Лысюк, Н.И. Олифиревич), психология самосознания (О.В. Белановская, С.И. Коптева) и др. Эти направления в области прикладной психологии стали основой для разработки программ оказания психологической помощи.

С начала 90-х годов XX века создается нормативно-правовая база деятельности психологов учреждений образования. Значительный вклад в ее разработку внесли временные научные коллективы, образованные по инициативе Министерства образования (Ю.Н. Карандашев, О.С. Попова, Н.А. Цыркун). Их разработки легли в основу многих документов, регламентирующих деятельность психологов. Был создан образовательный стандарт по практической психологии (С.И. Коптева), разработано Положение о социально-педагогической и психологической службе учреждения образования [3]. В рамках развития психологии образования шло становление психологического консультирования, которое сегодня является одним из важнейших видов деятельности, осуществляемых педагогами-психологами психологической службы системы образования.

Помимо системы образования, сегодня специалисты в области психологического консультирования работают в территориальных центрах социальной помощи населению, поликлиниках и медицинских центрах, фирмах и организациях, банках, консалтинговых агентствах и др. Психологи-консультанты в Беларуси представлены профессионалами в областях индивидуального, семейного, возрастно-психологического, организационного, медицинского консультирования.

Появились частнопрактикующие психологи, осуществляющие свою деятельность в рамках одного из теоретических направлений. Наиболее распространенными направлениями в нашей стране являются гештальт-терапия, семейная терапия, символдрама.

Таким образом, созданы все предпосылки для развития консультативной психологии в Республике Беларусь. Однако существует ряд проблем, с которыми сталкиваются психологи-консультанты в нашей стране:

- отсутствует методологические и методические основы консультативной деятельности психолога;
- отсутствует единая концептуальная модель подготовки психологов-консультантов, которая бы учитывала фундаментальные исследования и прикладные разработки в этой сфере, а также существующие взаимосвязи между ними;
- отсутствует единство в определении целей, задач, форм и методов работы психологов-консультантов в самой психологической среде;

- отсутствует признанная международным сообществом профессиональная организация, занимающаяся проблемами профессиональной квалификации и лицензирования работающих психологов-консультантов, а также отслеживающая этические проблемы отношений в системе «психолог – клиент»;

- существуют затруднения отделения консультирования как личностно-ориентированной психотерапии, ориентированной на клинически здоровую личность, от деятельности психотерапевтов, работающих с более серьезными и глубокими нарушениями;

- отсутствуют программы подготовки и повышения квалификации психологов-консультантов и др.

Наличие вышеперечисленных сложностей и проблем привело к тому, что вместо обращения за высококвалифицированной помощью к психологам-консультантам население все чаще обращается в альтернативные системы, в числе которых гадалки, народные целительницы, астрологи, спириты, экстрасенсы, специалисты по картам Таро и т.п. Признавая за человеком свободу выбора, тем не менее, отметим, что использование нетрадиционных методов воздействия на психику обычно позволяет человеку снять с себя ответственность за происходящее и продолжать использовать прежние методы и способы жизнедеятельности. Психологическое консультирование ориентировано на такой процесс взаимодействия консультанта и клиента, в ходе которого последний узнает больше о себе самом и учится связывать эти знания со своими целями так, чтобы достичь более полного и гармоничного бытия-в-мире. В ходе консультирования ответственность за результат несет не консультант, а сам клиент, который рассматривается как человек, обладающий свободой выбора, способностью к осознанию и восстановлению логики собственной жизни.

Психологическое консультирование ориентировано, прежде всего, на тех, кто имеет проблемы в повседневной жизни, например, испытывает трудности на работе, в семье или в принятии решений, неуверен в себе, переживает возрастной кризис, обладает низкой самооценкой и т.п. Целесообразно оделить консультирование от других стратегий психологической помощи, таких, как:

- предоставление информации (например, о развитии ребенка; о нормативности переживания семьей определенных кризисов; о возможности обращения к другим специалистам);

- прямое действие – осуществление конкретных действий, направленных на оказание помощи клиенту (например, в кризисных ситуациях, в случаях аутодеструктивного поведения или реальной угрозы психическому и/или физическому здоровью людей);

- обучение – помощь в приобретении знаний, умений и навыков, необходимых клиенту в конкретной ситуации;

- системные изменения – оказание направленного воздействия на ту систему (например, семью, школьный класс), которая явилась причиной возникновения трудностей;
- совет – высказывание собственного мнения, основанного на своем видении ситуации, в которой находится другой человек [4].

Необходимо отметить, что в нашей стране все более острым становится вопрос о квалификации практикующих консультантов. Для решения этой проблемы необходимо разработать стандарт для аккредитации программ профессиональной подготовки. Выпускники институтов и университетов, успешно окончившие обучение в соответствии с утвержденными программами, смогут подавать документы для вступления в профессиональную организацию. Лицензирование и сертификация являются удостоверением того, что уровень профессиональной подготовки консультанта отвечает определенным стандартам. Лицензия дает право самостоятельной работы. Сертификат позволяет практиковать, но не дает звание специалиста в данной области, а лишь удостоверяет тот факт, что подготовка психолога-консультанта отвечает определенным стандартам.

К сожалению, существуют сложности разделения деятельности психолога-консультанта и психотерапевта. Мы считаем, что психологическое консультирование и психотерапию можно рассматривать как два полюса психологической помощи, содержание которой заключается в обеспечении эмоциональной, смысловой и экзистенциальной поддержки личности или группы в трудных ситуациях. Полюс психологического консультирования связан в основном с ситуационными проблемами, возникающими у клинически здоровых индивидов и решаемых на уровне сознания. Полюс психотерапии устремлен к более глубокому анализу проблем с ориентацией на бессознательные процессы, структурную перестройку личности. Область между полюсами принадлежит деятельности, которую можно отнести и к психологическому консультированию, и к психотерапии.

В наступившую эпоху глобализации идеи и знания уже не имеют границ. Все большее число психологов-консультантов и психотерапевтов испытывает потребность в едином свидетельстве профессиональной квалификации, действующем как в стране, так и за ее пределами. На сегодняшний день большинство стран Европы разделяют положения Страсбургской декларации, согласно которой психотерапия признана отдельной от психиатрии и психологии профессией, которой может заниматься человек, имеющий соответствующую квалификацию и прошедший обучение по одной из признанных Европейской Ассоциацией Психотерапии (ЕАП) модальностей. М.М. Решетников перечисляет следующие школы и методы психотерапии: методы директивного и недирективного внушения; психоанализ; бихевиоризм; рациональная терапия; гештальт-терапия; интегративная психотерапия [5]. Он утверждает, что все остальное – техники, или варианты применения основных методов (детский, семейный, групповой и т.д.).

В Беларуси до сих пор так и не существует признанного и разделяемого специалистами в области психологического консультирования и психотерапии перечня методов и техник. В то же время достаточно большое количество практикующих сегодня белорусских психологов прошли требуемое ЕАП обучение (3 200 часов теоретической и практической подготовки, 1 600 из которых – в рамках одной из модальностей) и приобрели соответствующую квалификацию по заявленной модальности, однако на сегодняшний день в Беларуси не разработана процедура признания сертификатов, полученных за рубежом.

Таким образом, на сегодняшний день вопросы о квалификации психолога-консультанта и о возможности получения официальных документов, ее подтверждающих, остаются нерешенными, а в ряде случаев наблюдается подмена психотерапевтической и консультативной деятельности нетрадиционными методами воздействия на психику человека (колдовством, экстрасенсорным целительством, предсказаниями судьбы, гаданием и др.). Поэтому актуальной является проблема анализа и обобщения деятельности психологов-консультантов в Беларуси с целью разработки научно-методической и правовой базы для их деятельности.

Поскольку человеческая жизнь — высшая ценность общества, то внутренний мир, состояния, переживания человека являются не только его ценностью, но и социальной ценностью. Проблемы отдельного человека – не только его личные проблемы, так как человек включен в сложную систему взаимодействий и взаимозависим с окружающими его людьми. Именно это превращает психологическое здоровье каждой личности в социально-значимую ценность, актуализируя проблему развития консультативной психологии в Беларуси.

1. Психология здоровья: Учебник для ВУЗов / Под ред. Г.С. Никифорова. – СПб.: Питер, 2003. – 607 с.
2. Carkhuff, R.R. Beyond Counseling and Therapy/ R.R. Carkhuff, V.G. Berenson.- 2nd Ed. N.Y.: Holt, Rinehart and Winston, 1977/
3. Положение о социально- педагогической и психологической службе учреждения образования/ Постановление Министерства образования Республики Беларусь от 27.04.2006 г., № 42
4. Олифирович, Н.И. Индивидуальное психологическое консультирование: Теория и практика / Н.И. Олифирович. – Минск: Тесей, 2005. – 264 с.
5. Решетников, М.М. Почему нам нужно объединяться?/ М.М. Решетников// Профессиональная психотерапевтическая газета.- № 12 (63). Декабрь 2007. – С. 4-6.